

Утверждаю:
 заведующего филиалом
 В.М.Антипов
 «11» 10 2022 г.

«Першинская СОШ» - филиал МАОУ «Демьянская СОШ имени
 гвардии матроса А.Копотилова» Уватского муниципального района

МЕНЮ

«11» октября 2022 года

Наименование блюда	Выход		Стоимость блюда		Ккал		Белки		Жиры		Угле- воды	
	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18
Завтрак												
Овощи маринованные (по рецепту)												
106-доп3, Термь)	80	100	14,78	18,47	15,3	20,5	0,9	1,1	0,1	0,1	3,0	3,8
Фрикасе из птицы (493-доп4)	80	100	40,60	50,75	188,4	245,1	14,1	18,5	14,4	18,7	1,5	0,7
Рис припущенный с овощами												
«Мюсли» (496-доп3, Термь)	150	180	24,14	28,97	189,4	233,7	2,7	3,2	5,8	7,4	31,6	37,9
Капуста тушеная с овощами												
504-доп3, Термь)	200	200	6,04	6,04	96,2	96,2	0,5	0,5	0,2	0,2	23,1	23,1
Пюре картофельное	100	100	3,2	3,2	100	100	1,9	1,9	3,2	3,2	16,0	16,0
Апельсин	198	198	21,78	21,78	118,4	118,4	0,8	0,8	0	0	28,8	28,8
Хлеб пшеничный	20	20	1,43	1,43	38,9	38,9	1,0	1,0	0,3	0,3	8,1	8,1
Хлеб ржаной	20	20	1,40	1,40	41,3	41,3	0,7	0,7	0,1	0,1	9,4	9,4
Итого за завтрак			113,20	131,87	787,9	894,1	22,6	27,4	24,9	30,3	120,5	127,8
Обед												
Нарезка из овощей (суп) (141-доп4)	100		12,41		58		1,1		5,0		1,2	
Рассольник с мясом и сметаной (34-доп4)	150/105		35,30		129		5,7		5,4		14,5	
Тефтели из говядины с соусом (461-доп4)	50/30		39,2		221		8,1		11,7		10,4	
Трешка отварная (510-доп4)	165		7,66		147		4,9		4,4		22,0	
Картофельное пюре (585-1996)	200		5,50		85		0,2		0,2		20,5	
Пюре картофельное	100		3,2		100		1,9		3,2		16,0	
Хлеб пшеничный	60		4,30		117		4,8		0,6		22,8	
Хлеб ржаной	40		2,80		81		1,9		0,4		17,5	
Итого за обед			110,27		638		28,6		30,9		124,9	
ИТОГО			242,14		1832		56,3		61,2		252,7	

Ответственная за питание Арсеня Долгушина Н.М.
 Повар Юрченко К.В.

Утверждаю:
 заведующего филиалом
 В.М.Антипов
 «11» 10 2022 г.

«Першинская СОШ» - филиал МАОУ «Демьянская СОШ имени
 гвардии матроса А.Копотилова» Уватского муниципального района

МЕНЮ

«11» октября 2022 года

Наименование блюда	Выход		Стоимость блюда		Ккал		Белки		Жиры		Угле- воды	
	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18
Завтрак												
Овощи маринованные (по рецепту)												
106-доп3, Термь)	80	100	14,78	18,47	15,3	20,5	0,9	1,1	0,1	0,1	3,0	3,8
Фрикасе из птицы (493-доп4)	80	100	40,60	50,75	188,4	245,1	14,1	18,5	14,4	18,7	1,5	0,7
Рис припущенный с овощами «моданка» (496-доп3, Термь)	150	180	24,14	28,97	189,4	233,7	2,7	3,2	5,8	7,4	31,6	37,9
Капуста тушеная с овощами (504-доп3, Термь)	200	200	6,04	6,04	96,2	96,2	0,5	0,5	0,2	0,2	23,1	23,1
Получь	100	100	32	32	100	100	1,9	1,9	3,2	3,2	16,0	16,0
Апельсин	198	198	21,78	21,78	118,4	118,4	0,8	0,8	0	0	28,8	28,8
Хлеб пшеничный	20	20	1,43	1,43	38,9	38,9	1,0	1,0	0,3	0,3	8,1	8,1
Хлеб ржаной	20	20	1,40	1,40	41,3	41,3	0,7	0,7	0,1	0,1	9,4	9,4
Итого за завтрак			113,20	131,87	787,9	894,1	22,6	27,4	24,9	30,3	120,5	127,8
Обед												
Нарезка из овощей со сметаной (141-доп4)	100		12,41		58		1,1		5,0		1,2	
Пюре картофельное с мясом (34-доп4)	150/105		35,30		129		5,7		5,4		14,5	
Тефтели из говядины с овощами (461-доп4)	50/30		392		221		8,1		11,7		10,4	
Трешка отварная (510-доп4)	165		7,66		147		4,9		4,4		22,0	
Картофель отварной (585-1996)	200		5,50		85		0,2		0,2		20,5	
Получь	100		32		100		1,9		3,2		16,0	
Хлеб пшеничный	60		4,30		117		4,8		0,6		22,8	
Хлеб ржаной	40		2,80		81		1,9		0,4		17,5	
Итого за обед			190,27		938		28,6		30,9		124,9	
ИТОГО			242,14		1832		56,3		61,2		252,7	

Ответственная за питание Арсеня Долгушина Н.М.
 Повар Юрченко К.В.